

Lehrgang 2021/2022

Erhöhen Sie
die **Eigenverantwortung**
Ihrer KlientInnen
und steigern Sie deren
Gesundheitskompetenz!

SYSTEMISCHE
COACHINGKOMPETENZ
für den Gesundheits-
und Sozialbereich

Ergotherapie Austria unter der Leitung von
Mag.^a Bettina Bachschwöll & Mag.^a Eva Kuba

MODULÜBERSICHT

2021/2022

1. Modul

18./19./20. März 2021

Systemisch denken - lösungsorientiert handeln
Eigenverantwortung erhöhen und die Gesundheitskompetenz steigern

Mag.^a Bettina Bachschwöll, Mag.^a Eva Kuba

2. Modul

29./30. April 2021

Lösungsorientierte und ressourcenorientierte Gesprächsbegleitung
Nützliche Methoden aus dem systemischen Coaching

Mag.^a Bettina Bachschwöll, Mag.^a Eva Kuba

3. Modul

18./19. Juni 2021

Systemisches Konfliktmanagement
Was kränkt macht krank!

Mag.^a Astrid Roth, MBA

4. Modul

25./26. September 2021

Umgang mit Angehörigen im Begleitungsprozess
Coachingmethoden für den Berufsalltag

Mag.^a Cornelia Strasser-Gugerell

5. Modul

12./13. November 2021

Ziele entwickeln - Ziele begleiten
Zwischenstopp

Mag.^a Bettina Bachschwöll, Mag.^a Eva Kuba

6. Modul

10./11. Dezember 2021

Blickwinkel ändern - Perspektiven wechseln
Systemische Reflexionsarbeit für den beruflichen Alltag

Mag.^a Ulrike Holy-Padevit

7. Modul

28./29. Jänner 2022

Meine Balance in stressigen Situationen finden und halten
Besser in Stresssituationen surfen

Reinhold Rabenstein

8. Modul

10./11. März 2022

Interventionen für Nachhaltigkeit
Abschluss

Mag.^a Bettina Bachschwöll, Mag.^a Eva Kuba

WISSENSWERTES ÜBER DEN LEHRGANG

Umfang des Lehrganges

- Teilnahme an einem Erstgespräch
- Teilnahme an 17 Seminartagen
- Nachweis über 30 Stunden protokollierte Peergruppenarbeit
- Die Module enthalten Theorie und Demonstrationen und sind sehr praxisbetont. Sie umfassen den Austausch mit interprofessionellen KollegInnen, Fallsupervisionen und die Arbeit unter Supervision.
- Die Ausbildung schließt mit einem Diplom ab.

Zielgruppen

Menschen die im Gesundheits- und Sozialbereich tätig sind:

- ErgotherapeutInnen
- PhysiotherapeutInnen
- LogopädInnen
- DiätologInnen
- OrthoptistInnen
- PsychologInnen
- SozialarbeiterInnen
- ÄrztInnen
- Gesundheits- und Krankenpflege
- PädagogInnen
- alle Interessierten, die mit Menschen arbeiten

Welchen Nutzen haben Sie vom Lehrgang **SYSTEMISCHE COACHING-KOMPETENZ** für den Gesundheits- und Sozialbereich?



Im Lehrgang bekommen Sie die **nötigen Kompetenzen** und das nötige **Handwerkszeug als Coach**, um KlientInnen auf dem Weg zu mehr **Eigenverantwortung, Selbstreflexion, Eigenmotivation** und somit zu mehr Gesundheitskompetenz begleiten zu können.

Die **systemisch-konstruktivistische Grundhaltung** wird Ihr Fachwissen bereichern. Von der Gesprächsführung, über die Zielfindung und die ressourcenorientierte Umsetzung der Ziele.

Sie erwerben ein **notwendiges Wissen**, um eine **prozessorientierte und personenzentrierte Begleitung** sicher und kompetent durchführen zu können.

Impersönlichen Austausch und Gesprächen mit Ihren interprofessionellen KollegInnen erfahren und erleben Sie, wie systemisches Coaching wirkt und reflektieren dann wie sie in Zukunft **Menschen dabei unterstützen können, ihre Gesundheit und Lebensqualität selbst mitzugestalten**.

„Es gibt einen Ort, jenseits von richtig und falsch.
Dort begegnen wir uns.“

Rumi

Inhalte

- Systemisch-konstruktivistische Grundhaltung
- Hilfreiche Haltung im Gesundheits- und Sozialbereich
- Abgrenzung zwischen Therapie/Beratung/Coaching/Training
- Lösungsorientierte Kommunikation
- Aufbau einer wertschätzenden und transparenten Beziehung
- Theorie-Praxis-Transfer
- Üben, üben, üben

Vortragende:

Mag.^a Bettina Bachschwöll

Mag.^a Eva Kuba

Systemisch denken - lösungsorientiert handeln

KlientInnen, KollegInnen, Angehörige, das interprofessionelle Team, Familie und Freunde - viele Systeme begleiten Sie in Ihrem Alltag.

Jedes dieser Systeme hat **unterschiedliche Kulturen, Werte, Sprachen und Bedürfnisse**. Mit welcher Grundhaltung wir diesen Systemen in der beruflichen Praxis und im Privatleben begegnen hat **Auswirkungen auf unser Handeln**. Die systemische Haltung unterstützt, die komplexen Zusammenhänge im KlientInnensystem, TherapeutInnensystem, KlientInnen- und TherapeutInnen-system und im Gesundheits-Sozialsystem zu begreifen und hilft, **das Unsichtbare sichtbar zu machen**.

Das Einstiegsmodul dient einer ersten Zusammenführung von systemisch-konstruktivistischem Denken und Ihrer persönlichen beruflichen Praxis. Wo in Ihrer Begleitung/Therapie von KlientInnen kann die systemische Haltung und Coachingkompetenz hilfreich eingesetzt werden, wo auch nicht und wie kann sie hilfreich die Gesundheits- und Lebensqualität unterstützen.

Eigenverantwortung
erhöhen und
die **Gesundheits-
kompetenz steigern**

„Sei Du selbst, denn alle anderen gibt es schon.“

Oscar Wilde

Inhalte

- Reflexion der eigenen Gesprächsführung
- Ablauf eines Coachingprozesses
- Systemische Fragetechniken
- Systemische Interventionen
- Theorie-Praxis-Transfer
- Üben, üben, üben

Vortragende:

Mag.^a Bettina Bachschwöll

Mag.^a Eva Kuba

Nützliche
Methoden aus
dem systemischen
Coaching

Lösungsorientierte und ressourcen- orientierte Gesprächsbegleitung

Durch **Krankheit, Behinderung oder Veränderung im Lebensumfeld** stehen in der Selbstwahrnehmung der KlientInnen oftmals **Defizite, Ohnmacht und Schwächen** im Mittelpunkt.

Die KlientInnen, das Umfeld, die Angehörigen haben vielfach verlernt, **Ihre Ressourcen und Kompetenzen zu fokussieren**. Die eigenen Stärken und Ressourcen zu kennen und diese auf dem Weg zu nutzen, um Hindernisse zu überwinden erleichtert Veränderung und ermöglicht Widerstandsfähigkeit.

In der Praxis haben Sie sich vielleicht auch schon öfters die Frage gestellt, was Sie dazu beitragen können, um die **Eigenmotivation und die Eigenverantwortung zu steigern**.

Gehen Sie in diesem Modul auf die Suche nach Ihren persönlichen Ressourcen in der Gesprächsführung. Reflektieren Sie Ihre individuelle Art Fragen zu stellen und erreichen Sie dadurch eine lösungsorientierte und ressourcenorientierte Gesprächsführung. Überprüfen Sie die Auswirkungen von systemischen Fragen und Werkzeugen aus dem systemischen Coaching in Ihrem Berufsalltag.

Inhalte

- Systemische Hintergründe von Konflikten erkennen
- Selbst- und Fremdwahrnehmung in Konflikten
- Eigene Konflikt- und Kommunikationsmuster erkennen
- Vom Problem zur Lösung durch „passende Fragen“
- Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg
- Viele praktische Tipps für den eigenen Werkzeugkoffer
- Üben, Austausch und Reflexion



Mag.ª Astrid Roth, MBA ist systemische Unternehmensberaterin, Trainerin und Coachin. Durch ihre langjährige Erfahrung in Führungspositionen im Non-Profit-Bereich und in der Personalentwicklung bringt sie Erfahrung für die Entwicklung von Menschen und Organisationen mit. Ihre Leidenschaft ist die Psychologie und die Frage, wie sich Menschen und Arbeitsumfeld so aufeinander abstimmen können, dass die Freude an der Arbeit hoch ist und positive Produktivität ermöglicht wird. Mit ihrem Erfahrungsschatz und ihrer Gestaltungsfreude tritt sie systematisch an die ihr gestellten Aufgaben heran und begleitet ihre KundInnen auch auf schwierigem Terrain.

Systemisches Konfliktmanagement

Was kränkt
macht krank!

Konflikte und Störungen sind und werden immer Teil des Lebens sein, weil sie Unterschiede zum Ausdruck bringen. **Unterschiede und Widersprüche zwischen Menschen, Meinungen, Gefühlen, Interessen und Zielen.**

Wenn Menschen die Herausforderung eines Konflikts annehmen können, haben sie die Chance zu lernen, sich zu **entwickeln und produktivere Beziehungen zu leben**. Wer in Konfliktsituationen konstruktiv handeln will, muss deshalb auch die eigenen Reaktionsmuster kennen und Alternativen entwickeln. **Die Lösung beginnt bei der eigenen inneren Haltung!**

Als **Handwerkszeug im ergotherapeutischen Beruf** ist die **gelungene Kommunikation ein unerlässliches Mittel**. Verständnis für die Bedürfnisse und Wünsche der KlientInnen und auch Vermittlung zwischen Angehörigen und weiteren Personen an Schnittstellen fordert tagtäglich.

Reflektieren Sie Ihre persönliche Art und Weise Konflikte zu bearbeiten und gewinnen Sie dadurch mehr Sicherheit im Umgang mit Konfliktsituationen im Gesundheitssystem.

Wo Kommunikation ist, da sind auch Störungen und Konflikte. Um auf diese Situationen professionell und zweckmäßig reagieren zu können, lernen Sie in diesem Modul Techniken der Selbstreflexion und Coaching-Methoden, um Ihren Werkzeugkoffer weiter zu befüllen.

Inhalte

- Rollen und Rollendynamik
- Problemverstärkende und lösungsfördernde Verhaltensweisen im Umgang mit dem persönlichen sozialen Umfeld
- Familiensystemische Dynamiken im Coaching von Betroffenen und deren Angehörigen
- Glaubenssatzarbeit
- Üben, Austausch und Reflexion



Mag.ª **Cornelia Strasser-Gugerell** ist selbständige Ergotherapeutin, systemische Coachin und Trainerin in der Erwachsenenbildung und arbeitet als Lehrende an der FH Wr. Neustadt im Studiengang Ergotherapie. Als Ergotherapeutin und Coach arbeitet sie vorwiegend mit KlientInnen mit neurologischen Erkrankungen und deren sozialem Umfeld. Ihr ist es wichtig, sowohl Ihre KlientInnen als auch deren Angehörige dabei zu begleiten, ihre Ressourcen zu erkennen und diese zu nutzen, um auch in belastenden Lebensphasen die Balance halten zu können. Ihre KlientInnen und auch die Studierenden schätzen ihre Fähigkeit, Wissen und Fertigkeiten lebendig, kreativ und praxisorientiert zu vermitteln.

Coaching-
methoden
für den
Berufsalltag

Umgang mit Angehörigen im Begleitungsprozess

Krankheit oder Behinderung und die damit oft **einhergehende Einschränkungen in Aktivität und Partizipation** betreffen nicht nur die KlientInnen selbst, sondern auch ihr **persönliches soziales Umfeld**. Eingespielte Lebensgefüge geraten aus der Balance, Rollen verändern sich plötzlich und völlig unerwartet, gemeinsame Pläne und Visionen erscheinen unmöglich. Das **Familiensystem ist dadurch einer wahren Belastungsprobe ausgesetzt**, die unterschiedlich lang und intensiv dauern kann.

Im Coaching können wir Angehörige und Betroffene dabei unterstützen, das **Gegenwärtige zu akzeptieren** und einen **lösungsorientierten und ressourcenvollen Umgang mit der neuen Lebenssituation** zu finden.

Als TeilnehmerIn werden Sie vertraut mit dem Dramadriek und erlernen die Fähigkeit, unterschiedliche Rollen zu erkennen und in eine positive Richtung zu begleiten. Sie können zwischen problemverstärkenden und lösungsfördernden Dynamiken innerhalb des beteiligten Systems unterscheiden und reflektieren und bearbeiten (eigene) Glaubenssätze.

„Am liebsten erinnere ich mich an die Zukunft.“

Salvador Dalí

Inhalte

- Zielorientierungsprozess
- Zielpsychologie
- Motivationale Ziele - MOTTO Ziele
- Visualisierungsmethoden
- Was braucht Veränderung?
- Zwischenstopp - Reflexion
- Theorie-Praxis-Transfer
- Üben, üben, üben

Vortragende:

Mag.^a Bettina Bachschwöll

Mag.^a Eva Kuba

Ziele entwickeln - Ziele begleiten

Zwischenstopp

„Ziele sind die Wegweiser im therapeutischen Prozess!“ Sie dienen der Orientierung, Motivation und der Überprüfung der Lernfortschritte.

Gleichzeitig ist kaum ein Schritt für unsere KlientInnen im Erstgespräch schwieriger, als die **Frage nach ihren/seinen Zielen in der Therapie**. Es ist oftmals eine Überforderung, Ziele für sich wahrzunehmen und zu formulieren - viele KlientInnen definieren ihre/seine Ziele als Abwesenheit von Defiziten oder können den Zustand, den sie erreichen wollen, nicht klar beschreiben. Die Verantwortung für die Festlegung des Therapiezieles übernehmen dann in vielen Fällen die ErgotherapeutInnen. Um dieser Situation in Ihrem beruflichen Alltag in Zukunft leichter begegnen zu können, bedarf es einer Bewusstmachung und Reflexion dieser Thematik.

Prüfen und reflektieren Sie in diesem Modul Ihren persönlichen Zielprozess. Zielorientierte Methoden aus dem systemischen Coaching unterstützen bei der Zielfindung im privaten Bereich und in der ergotherapeutischen Praxis. Mit Hilfe dieser Werkzeuge wird es leichter, Ziele zu entwickeln, Ziele zu begleiten und Ziele zu erreichen.

Inhalte

- Systemische Selbstcoachingtools
- Methoden für die Intervention
- Modell der kollegialen Beratung
- Arbeiten mit dem Systembrett
- Methoden für den kollegialen Austausch in der Gruppe
- Fallarbeit und Reflexion



Mag.ª Ulrike Holy-Padevit ist Ergotherapeutin, selbständige ÖVS Supervisorin, vorwiegend im Fachbereich Pädiatrie, und Erziehungswissenschaftlerin. Berufliche Erfahrung sammelte sie in verschiedensten Institutionen und Teamsettings (SMZ Ost, Universitätsklinik des Kindes- und Jugendalters Wien, Ambulatorium Sonnenschein, Praxisgemeinschaft Schloss Purkersdorf). In der Arbeit mit Menschen in schwierigen Situationen ist sie stets darauf bedacht, die Bedürfnisse der Einzelnen des Systems wahrzunehmen und den Fokus gemeinsam vom Problem in Richtung Lösung zu richten. Hirn, Herz und Humor prägen ihren Beratungsstil. Die Verbindung ergotherapeutischen, handlungsorientierten Grundwissens und Beraterischer Kompetenz ist seit vielen Jahren ihr besonderes Anliegen.

Blickwinkel ändern - Perspektiven wechseln

Systemische
Reflexionsarbeit
für den
beruflichen Alltag

Im **beruflichen Alltag** bleibt oftmals **wenig Zeit** die **Eindrücke, Erfahrungen und Verwirrungen, mit KlientInnen, Angehörigen und im interprofessionellen Team zu verarbeiten!** Immer wieder werden wir mit Problemen konfrontiert, die uns **Grenzen aufzeigen** und Ohnmacht und Hilflosigkeit werden spürbar.

Den **Blickwinkel zu erweitern**, die Perspektive zu verändern und die systemischen Zusammenhänge zu erkennen sind **stärkende Helferlein** in der täglichen Arbeit. Dies ermöglicht eine innere Haltung, die uns der Zukunft mit **lösungsorientierten Gedanken, Gefühlen und Handlungsmuster** begegnen lässt.

In diesem Modul begleiten Sie theoretische Inhalte ebenso, wie praktische Fallbeispiele aus Ihrem Berufsalltag. Nehmen Sie sich Zeit Ihre bisherigen Erfahrungen zu würdigen und wertvolle Schätze für die weitere berufliche Zukunft zu entdecken! Mit systemischen Methoden lernen Sie sich Situationen und Fragestellungen zielorientiert anzunähern, um gemeinsam Lösungen zu finden.

Besser in
Stresssituationen
surfen

Meine Balance in stressigen Situationen finden und halten

„Die Welle kannst du nicht steuern – du kannst auf ihr surfen lernen – und es sogar genießen!“ Auf den Wellen von **unvorhergesehenen, scheinbar unbestimmbaren und ungewissen Situationen zu surfen** – das ist eine faszinierende Vorstellung – eine **faszinierende Kompetenz**. Im Erleben von **Ungewissheit und Stress** kann Coaching eine **hilfreiche und zielführende Begleitung** und Unterstützung bieten.

Die Reflexion der „Stressoren“ und der eigenen „Stressreaktionen“ ist ein bedeutsamer Schritt. Die hilfreichen und hemmenden Stressmuster zu unterscheiden und nützen zu lernen ist ein zweiter Schritt. Gelernte Muster des eigenen Erlebens, die zu stressigen Bewertungen führen, wahrzunehmen, zu identifizieren, sind ein nächster Schritt. **Loyalitäten zum eigenen Herkunftssystem** können aufschlussreich sein!

Die Ressourcen (in mir und rund um mich) zu entdecken und zu pflegen, in diesen Situationen konstruktiv zu handeln, sind ein weiterer Schritt. **Hilfreiche Alternativen** (mental und interaktiv) **benötigen Training und üben und üben** – dazu eröffnet Coaching das geeignete „Lernfeld“.

Bei diesem Seminar trainieren Sie – in Verbindung mit unseren eigenen Erfahrungen – die Möglichkeiten des Coachings, auf den Wellen der Ungewissheit surfen zu lernen.

Inhalte

- Prävention und Überwindung von Stress
- Drohendes Burn-out erkennen und rechtzeitig gegensteuern
- Entschlüsselung von Energiespendern und Energieräubern im Alltag
- Umgang mit den inneren Antriebern – den „selbstgemachten Stress“ reduzieren
- Die 5 Stützen der Identität nützen
- Üben, üben, üben



Reinhold Rabenstein arbeitet als selbständiger Coach-Supervisor und Psychotherapeut in eigener Praxis in Linz. Ausbildungen in Gestalt-Therapie und systemischer Familientherapie, Organisationsentwicklungs-Beratung, Gruppen-Beratung u.a. AGB-Lehrtrainer für Coaching, Gestaltpädagogik, soziale Kompetenz, systemisches Management und Aufstellungsarbeit.

Das Leitmotiv für meine Entwicklungsberatung in Organisationen und Unternehmen ist: Betroffene werden zu Beteiligten! In meiner Arbeit mit Menschen und sozialen Systemen sind Kreativität, Beteiligung und Kompetenz die entwicklungsfördernden Kräfte und Ziele.

„Aus der Knospe der Verwirrung,
hebt sich die Blüte der Verwunderung.“

Matthias Varga von Kibéd

Inhalte

- Interventionen für Nachhaltigkeit
- Beratungsprozesse erfolgreich abschließen
- Reflexion des persönlichen Lernprozesses - Rückschau
- Persönliche nächste Schritte
- Theorie-Praxis-Transfer
- Üben, üben, üben

Vortragende:

Mag.^a Bettina Bachschwöll

Mag.^a Eva Kuba

Abschluss

Interventionen für Nachhaltigkeit

Viel gelernt, viel geübt, viel probiert, viele neue Ideen und Vorsätze gesammelt. Der Alltag und die Schnelllebigkeit unserer Zeit holen uns sehr schnell ein und lassen oft keinen Platz „das Neue“ zu integrieren. Auch unsere KlientInnen kehren nach einer erfolgreichen Begleitung in ihr System nach Hause zurück und vieles wird „vergessen“.

Ressourcenfokussierende Rituale können wichtige Helferlein sein, um die erworbenen Kompetenzen zu integrieren und für die Praxis nutzbar zu machen.

Lernen Sie nachhaltige und kompetenzstärkende Interventionen für den Berufsalltag kennen. Ihre persönliche Rückschau und die nächsten Schritte für Ihren beruflichen Alltag runden den Lehrgang ab.

LEHRGANGSLEITUNG



Mag.ª Bettina Bachschwöll arbeitet als freiberufliche Ergotherapeutin, systemische Coachin/Trainerin, zertifizierte ZRM Trainerin und als Lehrende und Vortragende im Gesundheits- und Sozialbereich.

Ihre Schwerpunkte liegen in der **Therapie von neurologischen/neuropsychologischen KlientInnen** und im **Coaching von KlientInnen und Angehörigen**. In der Begleitung ist es für sie wichtig, Angebote und Anregungen zu geben, die lustvoll und praktikabel sind.

Die **Kombination von systemischen Coaching und Ergotherapie** ermöglicht ihr einen sehr **klientenzentrierten und lösungsorientierten Ansatz**. Ihre KlientInnen und KundInnen schätzen ihre humorvolle Art, eine sehr hohe Praxisorientierung und ihre Begeisterungsfähigkeit.



Mag.ª Eva Kuba ist systemische Unternehmensberaterin, Coachin, Trainerin, Mediatorin und Yoga-Lehrerin.

Ihre Schwerpunkte im Training und in der Beratung von Einzelpersonen, Teams und Organisationen liegen in den Bereichen **Einzelcoaching, Teamcoaching, systemische Teamentwicklung, Kommunikation, Konfliktmanagement, Burn-out-Prävention** und **Persönlichkeitsentwicklung**.

Bei ihrer Arbeit stellt sie die Bedürfnisse und Wünsche ihrer KundInnen in den Mittelpunkt. Diese schätzen besonders Eva Kubas wertschätzende und einfühlsame Art.

„Energy flows where attention goes!“ – Wohin wir unsere Aufmerksamkeit lenken, fließt unsere Energie! Nach diesem Motto begleitet sie Menschen auf ihrem Weg zu ihren Zielen und Visionen mit Leichtigkeit und Freude.

Uns beide verbindet sowohl eine Freundschaft, als auch viele berufliche Erfahrungen, das gemeinsame Pädagogikstudium, eine systemische und hypnosystemische Coachinausbildung und ein großes Interesse an persönlicher Weiterbildung sowie die Liebe zum Begleiten von Gruppen und Einzelpersonen.

Stimmen unserer TeilnehmerInnen ...

„Ein Lehrgang mit enorm hoher Praxisorientierung und viel Spaß und lustbetontem Lernen. Eine Vielzahl von Tools, die unmittelbar zur Umsetzung anregen. Einzigartige Atmosphäre!“

„Betty und Eva haben die Fähigkeit die systemische Haltung und die nötige fachliche Kompetenz mit viel Humor und Leichtigkeit zu vermitteln. Ich kann den Lehrgang nur jedem im Gesundheitsbereich empfehlen. Meine Sichtweise im Leben hat sich sehr zum Positiven verändert. Danke!“

„Den Lehrgang habe ich als sehr informativ, persönlichkeitsbildend und sehr praxisbezogen erlebt. Er ist somit ausgezeichnet kompatibel für den therapeutischen Berufsalltag. Der Lehrgang steigert deutlich die Kompetenz im Umgang mit KlientInnen und Angehörigen.“

„Mit Spaß und Freude wird Klientenzentrierung eine Leichtigkeit!“

„ ... ein Beitrag zur Eigenreflexion und zur Entwicklung der therapeutischen Persönlichkeit!“



Mag.^a Bettina Bachschwöll
0650/51 96 193
bettina@bachschwuell.at
www.bachschwuell.at



Coaching · Training · Beratung

Mag.^a Eva Kuba
0676/63 72 090
office@evakuba.at
www.evakuba.at